

香南ケーブルテレビ 11チャンネル

2022年1月 自主放送番組表

※番組内容が予告なく変更する場合がございます。ご了承ください。

※1月19日更新分

	月(3.10.17.24.31)	火(4.11.18.25)	水(5.12.19.26)	木(6.13.20.27)	金(7.14.21.28)	土(1.8.15.22.29)	日(2.9.16.23.30)	112ch(月~日)
6:00	マチの出来事							文字放送 (市からのお知らせ)
	まとめて!香南ニュース	ごめんね!線で楽しむ休日 文字放送	香南っ子映像倶楽部	こうなんキッズ	行ってみよう!香南市のお店	おうちで森下体操 香南市からのお知らせ	スゴ!旅	
7:00	こーじゃん体操タイム							防災河川カメラ
	ごめんね!線で楽しむ休日 健康体操① 文字放送	高齢者寺子屋 令和を生きる	スゴ!旅 お家で簡単体操①	高齢者寺子屋 令和を生きる	おうちで森下体操 健康体操① 健康体操②	高齢者寺子屋 令和を生きる	まるごとイベント (1日~15日) 若一王子宮獅子舞 山北棒踊り (16日~31日) 香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	
8:00	まるごとイベント (1日~15日) 若一王子宮獅子舞 山北棒踊り (16日~31日) 香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	こうなんキッズ すわんぷいっしんぐ	Kochi on TV!	まるごとイベント (1日~15日) 若一王子宮獅子舞 山北棒踊り (16日~31日) 香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	ゴーゴー!のいのちのタウン お家で簡単体操② 文字放送	スゴ!旅 香南っ子映像倶楽部	まるごとイベント (1日~15日) 若一王子宮獅子舞 山北棒踊り (16日~31日) 香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	文字放送 (市からのお知らせ)
9:00	おうちで森下体操 ゴーゴー!のいのちのタウン 文字放送	スゴ!旅 まとめて!香南ニュース	行ってみよう!香南市のお店	ゴーゴー!のいのちのタウン	ごめんね!線で楽しむ休日 こうなんキッズ	ごめんね!線で楽しむ休日 文字放送	まとめて!香南ニュース	文字放送 (市からのお知らせ)
10:00	おうちで森下体操 ゴーゴー!のいのちのタウン 文字放送	香南っ子映像倶楽部 健康体操② 文字放送	まるごとイベント (1日~15日) 若一王子宮獅子舞 山北棒踊り (16日~31日) 香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	香南市からのお知らせ ゴルガキ おうちで森下体操 文字放送	高齢者寺子屋 令和を生きる 香南市からのお知らせ	まるごとイベント (1日~15日) 若一王子宮獅子舞 山北棒踊り (16日~31日) 香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	タイムカプセル2002	防災河川カメラ
11:00	高齢者寺子屋 令和を生きる 香南市からのお知らせ	Kochi on TV!	香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	タイムカプセル2002	片さんのFish!おひ 文字放送	香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	高齢者寺子屋 令和を生きる 香南市からのお知らせ	文字放送 (市からのお知らせ)
12:00	マチの出来事							文字放送 (市からのお知らせ)
スゴ!旅	行ってみよう!香南市のお店	こうなんキッズ	ごめんね!線で楽しむ休日 文字放送	まとめて!香南ニュース	行ってみよう!香南市のお店	こうなんキッズ		
13:00	香南っ子映像倶楽部 お家で簡単体操① 文字放送	まるごとイベント (1日~15日) 若一王子宮獅子舞 山北棒踊り (16日~31日) 香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	香南っ子映像倶楽部 お家で簡単体操② 文字放送 香南市からのお知らせ	まるごとイベント (1日~15日) 若一王子宮獅子舞 山北棒踊り (16日~31日) 香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	まとめて!香南ニュース	香南っ子映像倶楽部 すわんぷいっしんぐ	お家で簡単体操① 文字放送	防災河川カメラ
14:00	Kochi on TV!	香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	タイムカプセル2002	行ってみよう!香南市のお店 ゴーゴー!のいのちのタウン	スゴ!旅	お試し有料放送 スペースシャワーTV	ごめんね!線で楽しむ休日 おうちで森下体操 みんな〜で備えちよき 文字放送	文字放送 (市からのお知らせ)
15:00	まるごとイベント (1日~15日) 若一王子宮獅子舞 山北棒踊り (16日~31日) 香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	ゴーゴー!のいのちのタウン お試し有料放送 スペースシャワーTV	ごめんね!線で楽しむ休日 まとめて!香南ニュース 文字放送	まるごとイベント (1日~15日) 若一王子宮獅子舞 山北棒踊り (16日~31日) 香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	スゴ!旅	お試し有料放送 スペースシャワーTV	マチの出来事	文字放送 (市からのお知らせ)
16:00	香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	タイムカプセル2002	高齢者寺子屋 令和を生きる 文字放送	香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	タイムカプセル2002	Kochi on TV!	まるごとイベント (1日~15日) 若一王子宮獅子舞 山北棒踊り (16日~31日) 香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	防災河川カメラ
17:00	すわんぷいっしんぐ みんな〜で備えちよき	おうちで森下体操 健康体操④ 文字放送	片さんのFish!おひ 文字放送	お家で簡単体操① ごめんね!線で楽しむ休日 文字放送	すわんぷいっしんぐ 健康体操④	健康体操③ おうちで森下体操 文字放送	香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	文字放送 (市からのお知らせ)
18:00	こーじゃん体操タイム							文字放送 (市からのお知らせ)
マチの出来事								
こうなんキッズ	香南っ子映像倶楽部	おうちで森下体操 香南市からのお知らせ	まとめて!香南ニュース	おうちで森下体操 文字放送	香南っ子映像倶楽部	ごめんね!線で楽しむ休日 文字放送		
行ってみよう!香南市のお店 健康体操③ 健康体操④	片さんのFish!おひ 文字放送	まるごとイベント (1日~15日) 若一王子宮獅子舞 山北棒踊り (16日~31日) 香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	スゴ!旅	こうなんキッズ ゴルガキ みんな〜で備えちよき	まるごとイベント (1日~15日) 若一王子宮獅子舞 山北棒踊り (16日~31日) 香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	おうちで森下体操 健康体操③ 健康体操② 文字放送		
タイムカプセル2002	こうなんキッズ 香南市からのお知らせ 文字放送	すわんぷいっしんぐ 香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	おお試し有料放送 スペースシャワーTV	Kochi on TV!	香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	ゴーゴー!のいのちのタウン 行ってみよう!香南市のお店	防災河川カメラ	
香南っ子映像倶楽部 お〜のみキャンフ	おうちで森下体操 ごめんね!線で楽しむ休日 健康体操② 文字放送	すわんぷいっしんぐ スゴ!旅	香南っ子映像倶楽部 こうなんキッズ	スゴ!旅 香南っ子映像倶楽部	スゴ!旅	マチの出来事	文字放送 (市からのお知らせ)	
お試し有料放送 スペースシャワーTV スゴ!旅	まるごとイベント (1日~15日) 若一王子宮獅子舞 山北棒踊り (16日~31日) 香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	タイムカプセル2002	おうちで森下体操 片さんのFish!おひ	まるごとイベント (1日~15日) 若一王子宮獅子舞 山北棒踊り (16日~31日) 香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	片さんのFish!おひ 文字放送	KONANインフォ 南海地域の備える(再) スゴ!旅	防災河川カメラ	
片さんのFish!おひ ごめんね!線で楽しむ休日	香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	健康体操① 健康体操② みんな〜で備えちよき 文字放送	Kochi on TV!	香我美中 吹奏楽部 定期演奏会 人権啓発フェスティバル	タイムカプセル2002	片さんのFish!おひ 文字放送	文字放送 (市からのお知らせ)	
0:00	マチの出来事							文字放送 (市からのお知らせ)
おうちで森下体操 香南市からのお知らせ	スゴ!旅	こうなんキッズ	健康体操③ 文字放送	ごめんね!線で楽しむ休日 香南市からのお知らせ	こうなんキッズ	お試し有料放送 スペースシャワーTV		
1:00~	まるごとイベント ごめんね!線で楽しむ休日 スゴ!旅 おうちで森下体操 香南っ子映像倶楽部 こうなんキッズ 文字放送							

☆まとめて!香南ニュース、まるごとイベント、タイムカプセル2002 は月の前半(1日~15日) 後半(16日~31日)で番組内容が違います

☆その他は 毎月1日更新

★自主放送の番組内容は2ページ目です

※ 番組内容が予告なく変更する場合がございます。ご了承ください

※ ケーブルテレビ5ch 瀬戸内海放送の番組表は タイムプログラム 最終ページに記載しています

1月の自主放送(放送内容は変更になることがあります。)

番組名	内容
マチの出来事	香南市のイベントや子どもたちの行事などをニュースとしてお届けします。(毎週土曜日更新 30分)
香南っ子映像倶楽部	リポーターやナレーターをやってみたい小中学生が様々な企画に挑戦する番組。今月は「市役所をライトアップしよう」をお送りします。(1日更新 30分)
ごめんなはい線で楽しむ休日	ごめんなはい線に乗り沿線のグルメ・観光・穴場スポットなどをご紹介します。今月は安芸市の「あき総合病院前駅」です。(1日更新 15分)
スゴい人を巡る旅 スゴ!旅	香南市のすごい人を紹介する番組です。今月は「前田 紘成さん」をお送りします。(1日更新 20分)
こうなんキッズ	香南市の元気な子供たちを紹介する番組です。今月は「野市幼稚園 いす組」です。(1日更新 20分)
高齢者寺子屋令和を生きる	横川先生を講師に高齢者のための楽しい遊びや体操、ためになるお話をとお送りします。今月は第6期「令和の今を生きる」の4回目です。(1日更新 45分)
まるごとイベント	前半は「若一王子宮獅子舞」「山北棒踊り」を、後半は「人権啓発フェスティバル」「香我美中学校 吹奏楽部 定期演奏会」を送ります。(1日・16日更新)
まとめて!香南ニュース	先月放送したマチの出来事(香南ニュース)を再放送します。(1日・16日更新 30分)
タイムカプセル2002	20年前の香南市の話題をお届けします。(1日・16日更新 60分)
健康体操①~④	お家で簡単にできるストレッチや筋肉トレーニングをご紹介します。(再放送 各 20分) ①貯筋運動 ②親子で楽しむしなやかクリーチャー体操 ③お腹シェイプ 初級編 ④お腹シェイプ 中級編
お家で簡単体操 ① ②	高齢者のためのお家でできる簡単な体操。(再放送) ①筋肉を強くする運動 ②音楽に合わせて体操
文字放送	香南市内のイベントやお役立ち情報をお知らせしています。(文字デロップ)(毎日更新)
お試し有料放送	STB有料チャンネルをお試しで視聴できます。スペースシャワーTV(30分)(1日更新)
Kochi on TV!	高知ケーブルテレビ制作の人気情報番組。(毎週土曜日更新 60分)
おうちで森下体操	老若男女問わず笑って喋ってマイペースに楽しめるボディメイクレッスン。みなさんもテレビの前でリフレッシュ&シェイプアップ。高知ケーブルテレビ制作。(1日更新 15分)
片さんのFish!おふ	高知ケーブルテレビ制作の釣り番組。(1日更新 45分)
すわんふいっしんぐ	SWANTV制作の高知県西部を中心とした釣り番組。(1日更新 30分)
ゴルガチ	プロとアマチュアが勝ちにこだわったガチンコ対決ゴルフ番組。(毎週木曜日更新 15分)
ゴーゴー!のいものタウン	キッズステーション制作の「のいもの」を楽しく紹介する番組。(1日・10日・20日更新 30分番組)



「ごめん・なはい線で楽しむ休日」



「こうなんキッズ」

11チャンネルを見てね!!



「スゴい人を巡る旅 スゴ!旅」